

● ● ● Für Teilnehmende. Von Teilnehmenden

Frohe Ostern und einen schönen Frühling.

In dieser Ausgabe:

Amazon Prime,  
vergünstigt durch GEZ  
Befreiung

Asperger-Autismus  
im Erwachsenenalter

Wie wichtig sind  
Wahlen ?

Der Einfluss von  
Artificial Intelligence

Anlaufstellen bei  
Problemen



# Amazon Prime vergünstigt durch GEZ Befreiung.

Vorweg, Amazon ist ein umstrittenes Unternehmen. Das Unternehmen ist schon durch viele negative Aktionen aufgefallen, einige Beispiele wären:

Steuervermeidung in der EU, Bekämpfung von Betriebsräten, unfaires Verhalten auf ihrer eigenen Plattform, indem man ähnliche Produkte wie andere Händler herstellt und diese eigenen dann als Erstes anzeigen lässt und wahrscheinlich einiges mehr.

Weil Amazon Marktführer im Onlinehandel ist, ist es oft schwierig, die Plattform zu umgehen. Besonders für Teilnehmende im SGB II, da Amazon auch oft günstiger als die Konkurrenz ist.

Deshalb dachte ich, dass es gut zu wissen ist, dass man Amazon Prime, das normalerweise 8,99€ kostet, durch eine GEZ Befreiung für 4,49€ bekommen kann.

So geht's:

1. Öffne die Webseite von Amazon Prime und logge Dich in Deinen Kundenbereich ein.
2. Wählen oben im Reiter neben den Spracheinstellungen "Hallo XY, Konto und Listen" aus. Nutzt Du die App, klicke auf das Mensch-Symbol.
3. Klicke nun auf "Mein Konto".
4. Wähle danach "Prime-Mitgliedschaft" aus.
5. Klicke nun auf "Zahlungszyklus ändern". Bist Du in der App, öffne zunächst "Mitgliedschaft verwalten".
6. Scrolle etwas runter und wähle den Block "Erfahren Sie mehr über Rabatte bei Rundfunkbeitragsbefreiung" aus.
7. Klicke auf "Jetzt verifizieren und anmelden".
8. Nun wählst Du aus, welches Verifizierungsdokument Du hochladen möchtest. Zur Auswahl stehen: "Rundfunkbeitragsbefreiung, Sozial-/Familienpass Befreiung".
9. Rundfunkbeitragsbefreiung  
Gib unten Deine Beitragsnummer an und wähle Deinen Bescheid zur Rundfunkbeitragsbefreiung aus. Klicke danach auf "Datei auswählen". Wichtig: **Die Gründe für Deine Befreiung musst Du auf dem Dokument unkenntlich machen.** Sonst bittet Amazon Dich, das Dokument erneut hochzuladen. Klicke anschließend auf den Haken zum Bestätigen der Gültigkeit Deines Dokuments. Wähle danach "Prime-Vorteil kaufen" aus



## Asperger-Autismus im Erwachsenenalter



In diesem Artikel berichte ich über meine Erfahrungen mit meinem Asperger-Autismus.

Merkmale des Asperger-Syndroms sind Schwierigkeiten in der sozialen Interaktion und Kommunikation sowie ein eingeschränktes, sich wiederholendes Repertoire von Interessen und Aktivitäten. Das Kontaktverhalten von Personen mit Asperger-Autismus kann dadurch merkwürdig und ungeschickt erscheinen, dies ist auch bei mir der Fall.

Im Alltagsleben schränkt mich das z.B. dadurch ein, dass ich nur sehr schlecht Smalltalk führen kann, ich komme nur sehr schlecht mit spontanen oder unplanbaren Situationen zurecht. Soziale Interaktionen mit Leuten, die ich noch nicht kenne, oder das Knüpfen von sozialen Kontakten, die über die Oberfläche hinaus gehen, ist für mich auch fast unmöglich. Des Weiteren schwingt bei mir auch eine emotionale Kälte mit, die mein Einfühlungsvermögen stark einschränkt.

Lange war mir gar nicht bewusst, dass ich Autismus haben könnte, bis mich ein Psychiater nach einer ADHS-Testung drauf hingewiesen hat, dass ich viele der Symptome habe. Daraufhin habe ich mich in das Thema eingelesen und viele meiner Problemlagen in der Kindheit, aber auch in der Gegenwart wiedergefunden.

**Der Erste schritt**, ist es, sich bei einem verdacht auf Autismus Testen zu lassen.

Hat man einmal die Diagnose oder hat einen Verdacht, gibt es das **Autismus-Zentrum Dortmund**, dass einem Helfen kann und auch Therapien anbietet.

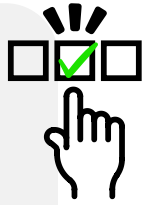
**Webseite:** [www.autismus-dortmund.de](http://www.autismus-dortmund.de)

**Beratungstelefon:** 0231 - 880 886-31

Ich wusste das einen Großteil meines Lebens nicht, weswegen ich mir meine sozialen Fähigkeiten durch viel Trial and Error erarbeitet habe. Dies führte zu vielen unangenehmen Situationen, die - mit der richtigen Hilfe - vielleicht hätten vermieden werden können.



## Wie wichtig sind Wahlen ?



### Vorweg einmal die Fakten:

**Bundestagsabgeordnete werden in allgemeiner, unmittelbarer, freier, gleicher und geheimer Wahl gewählt**, so das Grundgesetz. Daraus ergeben sich relativ konkrete Bedingungen für das Wahlsystem.

Die größten Parteien sind **SPD, CDU, Grüne, FDP, AfD** und die **Linke**, die sich zum 06.12.2023 aufgelöst hat.

Neue Parteigründungen stehen noch an und werden viel in den Medien diskutiert; das wäre einmal der frühere rechte Flügel der CDU, die Werte-Union, sowie die BSW, die Partei von Sahra Wagenknecht. Die gewählten Parteien stellen nach Prozenten und direkt Mandaten die Bundestagsabgeordneten.

Nach der Wahl müssen die Parteien eine **Regierung** bilden, sofern keine Partei eine absolute Mehrheit bekommen hat.

Die Parteien, die nicht an der Regierung beteiligt sind, nennt man **Opposition**.

### Darum ist es wichtig zu wählen!

**Die Bundesregierung** kann z.B. Gesetze entwerfen, im Bundestag zur Abstimmung vorlegen und dem Bundespräsidenten Minister zur Ernennung vorschlagen. **Die Opposition** kann Gesetze z.B. verhindern, in dem sie eine Mehrheit dagegen findet.

**Der Bundesrat** besteht aus **Mitgliedern der Regierungen der Länder**, die bei den Landtagswahlen gewählt werden.

Die Bedeutung des Bundesrates im politischen System hängt auch von Machtkonstellationen ab. Nur noch selten haben die Parteien, die im Bundestag eine Koalition bilden und die Bundesregierung stellen, gemeinsam auch eine Mehrheit im Bundesrat. **So müssen weitere Parteien für zustimmungspflichtige Gesetze gewonnen werden.** Deswegen lohnt es sich auch bei den Landtagswahlen abzustimmen.

Da die Entscheidungen des Bundestages auf Landesebene sowie durch die Opposition beeinflusst werden können, lohnt sich das Wählen immer, auch wenn die gewählte Partei nicht an der Regierung beteiligt sein sollte.

Die nächsten Wahlen sind die **Europawahlen**; diese finden vom 6. bis zum 9. Juni 2024 statt. Wählen kann jeder, der eine Staatsangehörigkeit innerhalb der Europäischen Union hat und mindestens 16 Jahre alt ist.

Am 30.04.2024, 11:00 Uhr wird es in Dortmund eine Podiumsdiskussion zur Europawahl mit Kandidierenden zur Europawahl von Bündnis 90/Die Grünen, CDU, Die Linke, FDP und SPD geben. In dieser Veranstaltung können Teilnehmende der Förderzentren sich über die europapolitischen Positionen dieser Parteien informieren. Weitere Informationen sind unter dem Link der Bundeszentrale für politische Bildung <https://www.europawahl-bw.de/europawahlprogramme> zu finden.

## Der Einfluss von AI

Artificial Intelligence oder kurz AI, ist in unserem Alltag schon überall präsent, einige Beispiele dafür wären:

### Online-Shopping und Werbung:

Künstliche Intelligenz wird genutzt, um Kunden personalisierte Empfehlungen zu geben, die sich beispielsweise auf frühere Produktsuchen und Käufe oder auf ihr sonstiges Online-Verhalten stützen. KI ist für den Handel von großer Bedeutung, vor allem bei der Optimierung von Produkten, der Planung von Beständen und in der Logistik. Das Gleiche gilt für YouTube, der Algorithmen nutzt, um Videos vorzuschlagen.

### Web-Suche:

Suchmaschinen lernen aus umfangreichen Daten, die von Nutzern eingegeben werden, um relevante Suchergebnisse zu liefern.

### ChatGPT:

Auf Basis von Internetrecherchen werden sinnvolle, lesbare und syntaktisch korrekte Texte zu beliebigen Themen erstellt. Denn im Gegensatz etwa zu einer Suchmaschine wie Google liefert ChatGPT auf Suchanfragen komplett fertige Gebrauchstexte in vollständigen Sätzen und nicht bloß eine Liste von Links. ChatGPT wurde ursprünglich als selbstständig texterstellendes KI-Chatbot für die Online-Kundenbetreuung entwickelt. Inzwischen wird er aber auch für viele andere Aufgaben herangezogen.

### Kann KI Kunst?

Im Internet finden sich viel Webseiten, die Text to Image AI anbieten, diese erstellen dann durch Ihre Texteingaben Bilder. Durch AI können Personen mit neuen Stimmen versehen werden oder Songs mit einer neuen Stimme bespielt werden.

### Doch auch neue Möglichkeiten des Missbrauches werden durch diese Technologie ermöglicht,

z.B.: indem man Politikern Worte in den Mund legt, die sie nie geäußert haben, oder Fake Videos / Bilder, die Politiker oder Personen des öffentlichen Lebens in Situation darstellen, die es nie gegeben hat.

In der Kunst wird momentan auch heiß diskutiert, ob AI-Bilder, die auf den Kunstwerken anderer basieren, schon als Diebstahl geistigen Eigentums gelten. Generell hat jede neue Technologie ihre Schattenseiten.



# WIE LÄUFT ES BEI DIR SO ?

Wenn es bei dir zurzeit nicht so gut läuft, kannst du deine Ansprechpartner (Sozialpädagogen, Anleiter\*innen und Job-Coaches) aus den Förderzentren unter den bekannten Nummern und E-Mail Adressen kontaktieren. Sollte dir das nicht genügen findest du hier Kontakt Daten von Stellen, die dir helfen können:

## Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen

Tel.: 116 016 oder 08000 116 016  
www.hilfetelefon.de

## Hilfetelefon sexueller Missbrauch

Tel.: 0800 22 55 530  
www.hilfe-portal-missbrauch.de

## Online-Beratung für Jugendliche

www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendberatung

## Telefonseelsorge Dortmund

Tel.: 0800 1110111 | 0800 1110222 | 116 123  
www.telefonseelsorge-dortmund.de

## Beratungsstelle Westhoffstraße

Tel.: 0231 – 84 03 100  
Westhoffstraße 8-12  
44145 Dortmund  
soziales-zentrum.org/beratungsstelle-westhoffstrasse

## DROBS Drogenberatung

Tel.: 0231 – 47 73 76-0  
Reinoldstr. 19  
44135 Dortmund  
drobs@soziales-zentrum.org

## Feedback Jugendberatung und Suchtvorbeugung – Medienkonsum

Tel.: 0231 – 47 73 76 – 13  
Reinoldstr. 19, 44135 Dortmund  
feedback@soziales-zentrum.org

## Übernachtungsstelle für Männer

Tel.: 0231 149781  
Unionstr. 33, 44137 Dortmund

## AWO Schwangerschaftsberatung, Paar- und Lebensberatung

Tel.: 0231 9934222  
Klosterstraße 8-10, 44135 Dortmund  
beratungsstelle@awo-dortmund.de

## AWO Jugendmigrationsdienst

Tel.: 0231 – 98 23 32 16  
Estefania Ortiz  
Blücherstr. 27, 44147 Dortmund

## AWO Migrationsberatung für Erwachsene

Tel.: 0231 – 98233220  
Frau Nurgüzel Ozan  
Blücherstr. 27, 44147 Dortmund

## Frauen helfen Frauen e.V. bei häuslicher Gewalt gegen Frauen

Tel.: 0231 – 52 10 08  
Märkische Str. 212 – 218, 44141 Dortmund  
frauen@frauenberatungsstelle-dortmund.de

## Kinderschutz Zentrum Dortmund Ärztliche Beratungsstelle e.V.

Tel.: 0231 2064580  
Gutenbergstr. 24, 44139 Dortmund  
kontakt@kinderschutzzentrum-dortmund.de

## Beratungsstelle gegen Zwangsheirat

Tel.: 0521 – 5 21 68 79  
Kontakt über **Signal** 0178 68 68 396  
www.zwangsheirat-nrw.de

## Frauenübernachtungsstelle

Tel.: 0231 56 77 280  
Nortkirchenstraße 15, 44263 Dortmund-Hörde